

УДК - 58 (571.53)

ББК 53.57

28.5л6

42.3

65.9(2)27

Печатается по решению учебно-методического совета биолого-почвенного факультета Иркутского государственного университета

Рецензенты: д-р биол. наук, проф. Ю.С. Корзинников
канд. биол. наук, доцент Г.П.Беловежец

С34 СИЗЫХ С.В., КУЗЕВАНОВ В.Я., БЕЛОЗЕРСКАЯ С.И., ПЕСКОВ В.П.
Садовая терапия: использование ресурсов ботанического сада для социальной адаптации и реабилитации. Справочно-методическое пособие.- Иркутск: Изд-во Ирк. гос. ун-та, 2006.- 48 с.
Библиогр. 22 назв. Табл. 1. Ил. 12. Прил. 3

Показано, что использование ресурсов и коллекций ботанических садов может быть успешно применено для садовой терапии. Это новый инструмент социальной адаптации и реабилитации людей со специальными нуждами и особыми условиями воспитания (детей-сирот, детей и подростков с девиантным поведением, детей с отклонениями в умственном развитии) для улучшения качества жизни, развития положительного мировоззрения, приобретения полезных навыков.

Предназначено как учебный и справочный материал для сотрудников ботанических садов, студентов, педагогов, воспитателей, психологов, работающих в специализированных учреждениях, студентов и преподавателей педагогических ВУЗов и колледжей, учителей общеобразовательных и специальных школ, медицинских работников, социальных работников.

Печатается на средства британской благотворительной организации "Чаритиз Эйд Фаундейшн" (Charities Aid Foundation, Great Britain) в рамках российской программы "Новый день" (грант ND IR 001, 2006 г.).

ISBN 5-7430-0653-9

© С.В.Сизых, В.Я.Кузеванов, С.И.Белозерская, В.П.Песков, 2006

**Светлана Витальевна Сизых,
Виктор Яковлевич Кузеванов,
Светлана Иннокентьевна Белозерская,
Вадим Павлович Песков**

Садовая терапия: использование ресурсов ботанического сада для социальной адаптации и реабилитации

Справочно-методическое пособие

Редактор Т.П.Коваль

Подписано в печать 5.09.2006
Формат 60/90. Печать трафаретная. Бумага офсетная.
Уч.-изд. л., 2.0. Тираж 700 экз. Заказ .

Отпечатано в типографии ООО "Круг"
664039, г. Иркутск, ул. Клары Цеткин, 9А, оф.459. Тел. 387849

ПРЕДИСЛОВИЕ

Это справочно-методическое пособие было задумано как рабочий справочный инструмент для оценки возможностей и перспектив использования ресурсов Ботанического сада ИГУ (БС ИГУ) и других ботанических садов для социальной адаптации и реабилитации детей и подростков со специальными нуждами, то есть нуждающихся в особых условиях воспитания и обучения в России.

В контексте настоящей работы мы понимаем под ресурсами ботанического сада человеческие трудовые ресурсы (рабочее время и квалификация сотрудников), культивируемые растения, коллекции, гербарий, семена, специализированные сады и участки, территорию, здания, материалы, технику, инструменты, инфраструктуру, компьютерную технику, литературу, а также иные материальные и финансовые ресурсы, которые могут быть использованы для обеспечения миссии БС ИГУ и улучшения качества жизни части социально незащищенного населения региона. Миссия БС ИГУ: "Сохранять и обогащать флору Байкальского региона и мира для людей путем просвещения общества, коллекционирования, размножения, изучения и сохранения разнообразия растений"

В этой брошюре сделана попытка проанализировать положительный семилетний опыт Ботанического сада ИГУ, некоторых зарубежных ботанических садов в использовании садовой терапии для социальной адаптации и реабилитации подростков с девиантным поведением, детей-сирот и детей с отклонениями в умственном развитии.

Материалы пособия, во-первых, позволяют получить представление о разнообразии ресурсов ботанических садов, и, во-вторых, оценить возможность их использования для развития социально-ориентированных образовательных программ.

Комментарии, замечания и предложения просим направлять в Ботанический сад ИГУ по адресу: 664039 г. Иркутск, ул. Кольцова, 93 или по электронной почте: vic@bogard.isu.ru и svet@bogard.isu.ru

Пример "Дневника наблюдений за растением" одного из воспитанников Иркутской спецшколы

Мальчик зарисовывает растение, описывает свои наблюдения и ощущения: "В хорошем состоянии, побегов нет. Я чувствую, что он помогает мне работать с ним. Мне хорошо, я его люблю. Корни прижились, выглядит хорошо. Что я чувствую? Я чувствую, что он помогает мне работать с ним. Мне хорошо, я его люблю. Я чувствую радость, что цветок в хорошем состоянии и, наверное, цветок тоже радостный".



1. ЧТО ТАКОЕ БОТАНИЧЕСКИЙ САД. ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ФУНКЦИИ

Ботаническими садами являются организации, имеющие документированные коллекции живых растений, использующие их для научных исследований, сохранения биоразнообразия, демонстрации и образовательных целей (Джексон, 2001).

Существующие в мире около 2200 ботанических садов в 153 странах (из них 73 – в России) объединены идеей сохранения и использования ресурсов растений для улучшения благосостояния людей (Kuzevanov, Sizykh, 2006). Список важнейших направлений деятельности ботанических садов, очерченный в рамках Международной программы ботанических садов по охране растений (Global Strategy for Plant Conservation, 2000), исключительно обширен и, наряду с научными исследованиями, включает меры по организации использования растительных ресурсов в различных направлениях для устойчивого развития. Конечно, ни один из ботанических садов мира не способен в полном объеме осуществить все названные виды деятельности. Однако сам список показывает, сколь уникальны возможности ботанических садов в изучении и охране биологического разнообразия, разработке научных основ использования растительных ресурсов, информационно-просветительской и образовательной деятельности.

Каждый БС, исходя из имеющихся ресурсов, возможностей и социальных запросов, определяет свою стратегию и направление развития научных и образовательных проектов, а также социальной роли в регионе. Важно, чтобы ботанический сад сумел идентифицировать, на какие целевые группы и слои населения следует ориентировать публичные программы, чтобы они были востребованы и имели социальный резонанс.

В странах с развитой рыночной экономикой БС играют роль природоохранных учреждений и образовательных центров для публики, т.е. для всех слоев населения (Международная программа ботанических садов по охране растений, 2000). Традиционно ботанические сады в СССР являлись, преимущественно, либо научными учреждениями, либо базой для обучения студентов университетов и при этом имели ограниченный доступ для населения. БС России имеют богатые коллекции живых растений из конкретного региона и мира, библиотеки, гербарные образцы и

слов), стремления познания нового, повышению экологической грамотности. Постоянное пребывание в «зелени» действует успокаивающе.

Не все подростки посещают занятия одинаковое количество времени, хотя длительность посещения влияет на формирование ценностных ориентации, социально одобряемых мотивов и установок, на развитие адекватной самооценки, самокритичности, самостоятельности и умения доводить начатое дело до логического конца. Ко многим жизненным неудачам ребята научились относиться с долей юмора. Развивается чувство красоты, они стремятся быть аккуратными и опрятными. Работа с мелкими семенами способствует развитию моторики; развивается зрительно-моторная координация. Многие выпускники школы, прошедшие курс растениеводства, в настоящее время характеризуются положительными качествами личности. За пределами школы до настоящего времени не отмечено никаких правонарушений со стороны бывших воспитанников. Это в основном спокойные, вежливые, доброжелательно настроенные юноши.

Таким образом, с уверенностью можно говорить о положительном влиянии садовой терапии на воспитание девиантных подростков, коррекцию их поведения, т.е. направление его в социально-положительное русло.

Психологи
20.03.2001

Чокой Е.Н., Решетникова А.В.

Психологическое заключение на «садоводческую бригаду» Иркутской спецшколы (2005 г.)

Психодиагностическое исследование проведено на момент формирования новой садоводческой бригады в начале учебного года. Фронтальная диагностика включала исследование сферы самосознания и изучение межличностной приемлемости группы.

Абсолютно у всех воспитанников позитивное глобальное самоотношение, т.е. сформировано чувство «за» собственное Я. Подростки удовлетворены собой, но снижена мотивация к саморазвитию и самовоспитанию. 90% членов садоводческой бригады имеют средний уровень самоуважения, они оценивают свои способности и возможности как средние. Но в тоже время многие имеют завышенный уровень притязаний при слабых способностях. Доверяют себе, имеют

процесс рефлексии, направленный как на себя, так и на окружающие человека растения. Мы любим смотреть на них, ухаживать за ними, наблюдать, как они развиваются. Видеть в них все понимающих друзей, вступая с ними в процесс общения на другом уровне, канале восприятия, посредством запахов, выделяемых ими веществ, цвета и т.д., видя в них совершенство, красоту, т.е. гармонию. Мы начинаем отслеживать не только жизнь растения, но и свою собственную, мы сосуществуем как единый организм, наделенный единой силой (биологической, физической, эмоциональной и т.д.). Важно помочь человеку почувствовать это, заставить заглянуть внутрь себя.

Для реабилитации и социальной адаптации людей с физическими и умственными проблемами, детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания, лечения пациентов с психическими травмами, пострадавшими от катастроф, критических ситуаций, людей, испытывающих хронический стресс, используются различные нетрадиционные методы терапии – арт-терапия, гиппотерапия (с использованием лошадей), дельфинотерапия и садовая терапия. Садовая терапия использует благотворные отношения между людьми и растениями для того, чтобы улучшать самочувствие человека. Известно, что работа с растениями благотворно влияет на физическое и психологическое благополучие человека и является одним из старейших видов активной терапии. Терапевтические, реабилитационные и образовательные дисциплины используют растения, садоводство и другие виды деятельности на природе как мотивационный инструмент для улучшения социального, психологического и физического благосостояния детей и взрослых. Однако механизм воздействия растений на организм и психику человека пока что еще изучен недостаточно, чтобы сказать, как должно проводиться это терапевтическое воздействие.

На кого направлены программы садовой терапии

За рубежом они имеют широкое применение для людей со специальными нуждами и широко используются в учреждениях социальной защиты (дома престарелых, центры для пенсионеров, детские дома, интернаты), школах, госпиталях, хосписах, тюрьмах, реабилитационных центрах для людей с алкогольной и наркотической зависимостью и учреждениях для людей с психическими проблемами. При них часто создаются специальные

20	Проведение обучающей игры «Охрана природы»	Развитие познавательных процессов. Формирование словарного запаса	4
21	Набивка емкостей для пикировки	Освоение новых форм деятельности	4
22	Набивка емкостей для пикировки	Освоение новых форм деятельности	4
23	Пикировка рассады овощей	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
24	Пикировка рассады цветов	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
25	Пикировка рассады цветов	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
26	Обрезка древесно-кустарниковых растений	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
27	Обрезка древесно-кустарниковых растений	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
28	Прививка яблонь и груш	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
29	Прививка яблонь и груш	Формирование навыков профессиональной деятельности	4
30	Проведение обучающей игры "Детектив в пустыне"	Развитие познавательных процессов. Формирование словарного запаса.	4
31	Весенние работы на участке многолетников. Раскрытие многолетников после зимовки.	Создание групп с учетом психологических и индивидуальных особенностей ребят, работ по мини группам	4
32	Проведение наблюдений на участке Байкальских эндемиков. Уход за растениями.	Улучшение словарного запаса, памяти, расширение кругозора.	4
33	Проведение наблюдений на участке Байкальских эндемиков в БС ИГУ. Уход за растениями.	Улучшение словарного запаса, памяти, расширение кругозора.	4
	Итого, час		140

Сегодня садовая терапия признана как практический и действенный способ влияния на самочувствие людей, участвующих в терапевтических, профессиональных и реабилитационных программах. В США и Канаде сотни госпиталей работают с растениями, обеспечивая мощную форму терапии для пациентов с эмоциональными и физическими проблемами. Зарегистрировано более 250 профессиональных садовых терапевтов в Северной Америке, успешно работающих в разных организациях, от домов престарелых до тюрем, школ и госпиталей. Они пытаются облегчить ментальные и физические недостатки и создать творческие, рекреационные и профессиональные активности для людей, которые часто имеют очень ограниченные возможности самореализации. В США ежегодно проводится национальная неделя Садовой терапии, конференции, международные симпозиумы. Многие университеты США и Канады готовят профессиональных садовых терапевтов. В России пока такая профессия отсутствует в перечне специальностей.

Садовая терапия использует растения и связанную с растениями деятельность как метод лечения для людей с умственными и физическими ограничениями, для реабилитации людей с развивающейся нетрудоспособностью для того, чтобы дать им некоторые полезные навыки для выживания и трудоустройства. Садоводческие обучающие программы разрабатываются, чтобы улучшить поведенческие и начальные профессиональные навыки для подростков, неспособных посещать обычные средние школы. Опытные участники программы помогают новичкам, чтобы улучшить товарищеские отношения и взаимопонимание (Airhart, 1987). Это позволяет пожилым людям дольше сохранять активный образ жизни.

Статистика показывает, что садоводство находится на одном из первых мест среди занятий людей старше 55 лет. Общество стареет, и хотя возраст сам по себе не относится к ограниченным возможностям, физические возможности уменьшаются, и появляются некоторые заболевания, уменьшающие физическую активность. Возраст не должен быть барьером для садоводства. Существует широкий спектр программ садовой терапии, адресованных все возрастающему числу пожилых людей. Они включают как специальные методы, используемые в клинических условиях, так и уход за растениями в общественных садах (Houseman, 1986).

Пример оформления плана работы по проекту «Садовая терапия» в Ботаническом саду ИГУ для социальной адаптации, реабилитации и коррекции поведения группы подростков из Иркутской спецшколы (на 2002-2003 гг.)

№	Вид работы	Цели и задачи коррекции	Часы
1	Вводный инструктаж по охране труда при работе в БС ИГУ	Развитие памяти. Формирование навыков ТБ и дисциплины	4
2	Подготовка почвы для зимнего посева семян древесно-кустарниковых растений	Развитие работоспособности через различные формы деятельности	4
3	Подготовка почвы для зимнего посева семян древесно-кустарниковых растений	Развитие работоспособности через различные формы деятельности	4
4	Подзимний посев семян древесно-кустарниковых растений	Создание групп с учетом психологических и индивидуальных особенностей ребят, работ в мини-группах	4
5	Занятие по флористике (составление сухих букетов)	Развитие познавательных процессов, мелкой моторики руки. Художественное и эстетическое воспитание	4
6	Занятие по флористике (составление сухих букетов)	Развитие познавательных процессов, мелкой моторики руки. Художественное и эстетическое воспитание	4
7	Уход за горшечными растениями в оранжерее. Правила полива, подкормки для разных растений	Развитие памяти, формирование добросовестности и ответственности.	4
8	Санитарная обрезка растений в оранжерее	Формирование положительного отношения к труду (ответственность,	4

на все органы чувств. Ландшафтотерапия родственна китайскому искусству Фэн-Шуй.

В чем польза Садовой терапии

Главная цель Садовой терапии – улучшить физическое и психическое состояние человека. Польза Садовой терапии может быть видна в четырех областях – интеллектуальной (познавательная), социальной, эмоциональной (психологическая) и физической (физическое развитие или реабилитация).

1. Интеллектуальная. А) Улучшение навыков общения, развитие разных видов памяти и словарного запаса. Б) Пробуждение любопытства. В) Улучшение способности проводить наблюдения за растениями и живой природой. Г) Улучшение способности планировать и принимать решения. Д) Получение новых профессиональных навыков (размножение растений, уход за растениями, аранжировка цветов). Возможность найти работу, связанную с садоводством, после завершения программы. Для некоторых людей с ограниченными возможностями или специальными нуждами открываются возможности для самореализации и новой карьеры. Так, Американская Ассоциация Садовой Терапии проводит национальный проект трудоустройства, помогая предприятиям, связанным с садоводством, найти квалифицированных работников среди людей с ограниченными возможностями. На сегодняшний день тысячи людей нашли себе такую работу. Е) Стимулирование чувственного восприятия. Зрение, слух, вкусовые и тактильные ощущения, запах играют важную роль в достижении целей Садовой терапии. Ж) Формирование целостной картины мира.

2. Социальная польза. А) Взаимодействие внутри группы. Участники учатся общаться друг с другом для достижения общей цели, уважать право каждого на свое мнение, разделять ответственность, развивать лидерские качества. Б) Взаимодействие за пределами группы. Общение с другими садоводами. Передача навыков и эмоций другим людям.

3. Эмоциональный подъем. А) Усиление чувства собственного достоинства и веры в себя, становление адекватной самооценки. Для программы отбираются растения, которые не сложны в уходе и успешно произрастают. Чувство гордости за успех, так же как и

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Всеобщая декларация прав человека. Принята и провозглашена резолюцией 217 А (III) Генеральной Ассамблеи ООН от 10 декабря 1948 года.

Декларация прав ребенка. Провозглашена резолюцией 1386 (XIV) Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 года.

Декларация о правах инвалидов. Провозглашена резолюцией 3447 (XXX) Генеральной Ассамблеи ООН от 9 декабря 1975 года.

Джексон П.В. 2001. Анализ коллекций и научно-технической базы ботанических садов //Информационный бюллетень СБСР и ОМСБСОР, Москва, 2001. Вып.12.- С.59-65

Кузеванов В.Я., Сизых С.В. Ресурсы Ботанического сада Иркутского государственного университета: Образовательные, научные и социально-экологические аспекты. Справочно-методическое пособие. - Иркутск: Изд-во Ирк. гос. ун-та, 2005.- 243 с.

Сизых С.В., Кузеванов В.Я. Реабилитация и социальная адаптация проблемных подростков с использованием американского опыта садовой терапии // Ботанические сады России в системе непрерывного экологического образования: Материалы 1-й Всероссийской конференции по экологическому образованию в ботанических садах (13-17 мая 2003 г.).- Москва, 2004.- С.64-68

Цыбуля Н.В., Фершалова Т. Д. 2000. Фитонцидные растения в интерьере. Оздоровливание воздуха с помощью растений. Новосибирское книжное издательство. - Новосибирск, - 111 с.

Airhart D. L., Willis T., and Westrick P. 1987. Horticultural Training for Adolescent Special Education Students. Journal of Therapeutic Horticulture, №2, P.17-22.

Barnes M. 1996. Designing for Emotional Restoration: Understanding Environmental Cues. Journal of Therapeutic Horticulture. №, P.811-814.

Chicago Botanic Garden. 2000. The Buehler Enabling Garden: Gardening for People of All Abilities. Brochure VP0115, 4 p.

Cole C. Fruits of the Earth. NCTRH Newsletter. 1975. 2:5:3

Cornille T. A., Rohrer G. E., Phillips S. G., and Mosier J. G. 1987. Horticultural Therapy in Substance Abuse Treatment. Journal of Therapeutic Horticulture № 2, P. 3-8.

передвижении, чувствуют себя беспомощными, не способными контролировать свою жизнь или окружающую среду. Растения помогают украсить их повседневную жизнь, наполнить жизнь смыслом.

3. Смена работы. Выращивание растений может стать источником зарабатывания денег для многих людей с ограниченными возможностями. Многие из проектов садовой терапии могут привести к самообеспечению.

4. Ответственность. Чувство ответственности за своих зеленых питомцев, понимание, что они полностью зависят от того, как о них заботятся, являются важным терапевтическим элементом для многих. В исследованиях американских ученых, проводимых среди пациентов в домах престарелых, участники программы были разделены на две группы (Langer, Rodin, 1976). В первой группе участники должны были выбрать растение и самостоятельно заботиться о нем. Вторая группа приняла решение передать заботу о растениях персоналу учреждения. В процессе реализации программы у членов первой группы значительно повысилась жизненная активность, улучшилось общее состояние и показатели здоровья.

5. Творчество. Появляется возможность самовыражения, которая часто теряется у людей с ограниченной ответственностью. Например, возможность реализовать себя в цветочной аранжировке или ландшафтном дизайне. Также возникает при выращивании растений из семян (возможность почувствовать себя творцом, причастным к возникновению новой жизни). Например, девушка-наркоман так описывает участие в программе садовой терапии при реабилитации от наркотической зависимости: "Особенно здорово, когда мы можем просто сидеть теплым вечером и наблюдать, как все растет, при этом появляется чувство, что ты сделал что-то хорошее" (Cole, 1975).

6. Воспитание терпимости. Когда имеешь дело с живыми существами, что-нибудь получается неправильно. Заболевания, насекомые, сорняки будут приводить к потерям растений. Обучая принимать неизбежные потери в садоводстве, можно помочь пациентам научиться принимать неизбежные потери в их жизни.

7. Интенсивная концентрация. Садовники полностью концентрируются на своей работе. Так как внимание концентрируется на других вещах, участники программы отвлекаются от обычного беспокойства и дневных забот.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Доступ к культуре, литературе и информации – это демократическое право. Для реализации этого права людям со специальными нуждами или ограниченными возможностями, имеющими физические, психические недостатки или ограниченные умения, должен быть обеспечен доступ ко всем ресурсам и благам цивилизации, как и остальному большинству населения.

Садовая терапия как социальный инструмент может пониматься в широком или узком смыслах. В широком понимании - это комплексное влияние на улучшение социальной адаптации, реабилитации, корректировки поведения людей. В узком смысле Садовая терапия – это метод лечения людей с физическими и психическими недостатками или проблемами. Она относится к мягким ненавязчивым методам воздействия, которые оказывают комплексное, но не до конца изученное влияние на человека.

Садовая терапия – недорогой способ реабилитации. Поэтому она доступна для большинства специализированных учреждений, которые имеют дело с разными возрастными и социальными группами людей со специальными нуждами или ограниченными возможностями, при условии грамотной постановки работы и консультировании квалифицированными специалистами. Этот метод может опираться на уже существующие ресурсы университетских ботанических садов и использовать местные материалы и растения.

Несмотря на очевидную пользу и результативность, механизмы влияния Садовой терапии на человека пока до конца не выяснены, поэтому для их изучения и эффективного внедрения требуются серьезные научные исследования с привлечением широкого круга специалистов (психологов, психиатров, терапевтов, педагогов, ботаников, ландшафтных дизайнеров и др.).

Общие принципы Садовой терапии, применяемые с целью улучшения качества жизни и развития людей с особыми нуждами, полностью соответствуют «Всеобщей Декларации прав человека» 1948 года, «Декларации прав ребенка» 1959 года, «Декларации о правах инвалидов» 1975 года, а также принятым в 1993 году ООН «Стандартным правилам уравнивания возможностей людей с физическими и психическими недостатками».

Для успешного применения подходов Садовой терапии и устройства специализированных Садов терапии должно быть

Планировка Сада терапии

Одно из главных требований к участку Садовой терапии – он должен быть безопасным для всех. Должны применяться особые требования техники безопасности и безопасной жизнедеятельности, т.к. Сад рассчитан на пребывание в нем детей, ослабленных и пожилых людей, инвалидов и др. (Рис. 1, см. также рис. 11, 12).

Юджин Ротерт в Чикагском ботаническом саду сформулировал следующие 10 принципов для успешного построения Сада терапии.

1. Используйте высокие контейнеры, чтобы приподнять уровень почвы до высоты комфортной работы.
2. Сажайте и сейте растения, требующие минимального ухода, в трудно доступных участках сада.
3. Убедитесь, что поверхность дорожек ровная и находится на одном уровне, всегда обеспечивает хорошее сцепление.
4. Используйте системы капельного орошения в трудно доступных участках. Они экономят воду и могут располагаться на месте в течение всего сезона.
5. Сажайте карликовые и медленно растущие деревья и кустарники, которые требуют меньше ухода.
6. Располагайте несколько одинаковых ручных садовых инструментов в разных местах Сада, чтобы избежать лишних перемещений при необходимости до них дотянуться.
7. Используйте рычаги и специальные ручки на воротах, дверях и водяных кранах. Их намного легче поворачивать, чем круглые кнопки и ручки.
8. Используйте специально сконструированные садовые инструменты, чтобы облегчить работу на традиционных низких земляных грядках.
9. Используйте возможности вертикального размещения для висящих корзинок, решеток и стеновых садов, чтобы облегчить доступ к овощным и другим растениям.
10. Наполняйте большие контейнеры и поднятые грядки легким для работы грунтом, изготовленным из равных по объему частей плодородной земли, песка и торфа или компоста.

Первый шаг при планировке Сада терапии – понимание нужд и проблем людей, которые будут в нем находиться. Он не должен быть большого размера, ведь за маленьким садом легче ухаживать. Это может быть выделенный участок земли, оранжерея, комната,

можно рекомендовать для испытания и внедрения в других ботанических садах России как элемент системы воспитания и дополнительного образования. По данным психолога спецшколы А.В.Балобиной (см. Таблицу), у данных воспитанников волевая организация развита в достаточной мере, уровень тревожности остался без изменений, самооценка изменилась в лучшую сторону.

Таблица
Динамика некоторых личностных качеств воспитанников в бригаде “огородников” Иркутской спецшколы (по данным А.В. Балобиной)

Имя воспитанника	Уровень тревожности	Самооценка
Дмитрий К.	Полезный	Повысилась (была средняя)
Иван О.	Полезный	Средний уровень (была низкой)
Анатолий М.	Полезный	Средний уровень (была низкой)
Дмитрий В.	Полезный	Средний уровень (была низкой)
Анатолий С.	Полезный	Средний уровень (была низкой)
Максим	Полезный	Средний уровень (была высокой)
Иван В.	Полезный	Средний уровень (была высокой)
Артем	Полезный	Средний уровень (была высокой)

Примечание: фамилии детей не указаны по этическим причинам

Дети-сироты. В 1994-1998 гг. БС ИГУ проводил инициативный проект по применению методов садовой терапии для детей-сирот из детского дома (возраст от 7 до 14 лет). Был отведен специальный участок – “Детский сад”, на котором проводились практические занятия с этими детьми. В зимнее время занятия проводились в оранжерее. Главной целью проекта было научить детей понимать мир природы, развить в них умение восхищаться природой, дать им основные навыки по выращиванию растений для того, чтобы уметь прокормить себя, дать начальные навыки для выбора профессии в дальнейшем. Дети совместно с сотрудниками Ботанического сада планировали свой участок, сами высаживали растения, ухаживали за ними, сами собирали урожай. После окончания проекта дети рисовали свой будущий сад. Для детей-сирот, живущих в городе, участие в этой программе было уникальной возможностью для саморазвития и общения с миром живой природы. О положительных результатах применения методов садовой терапии с детьми-сиротами было доложено на 3 Международном Конгрессе Ботанических садов

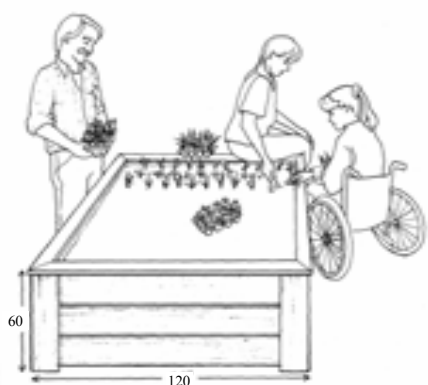


Рис. 2. Поднятая грядка. Высота 60 см, ширина 120 см

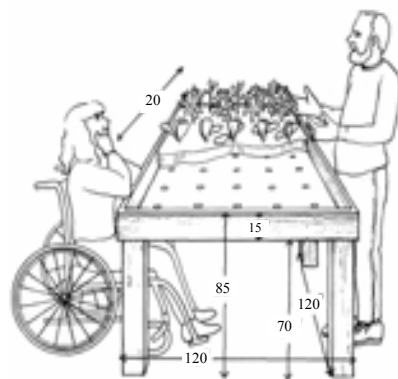


Рис. 3. Специальный стол для выращивания растений

подоконник, школьная парта, даже рабочий стол дома или в офисе. Самое главное – Сад должен быть доступным для всех, в том числе, для людей на инвалидной коляске. Площадка, отведенная под Сад, должна быть ровной. Ширина дорожек, ворот и дверей должна быть достаточной для прохода инвалидной коляски (не менее 1 м). Конечно, не должно быть таких препятствий, как ступеньки или пороги. Покрытие дорожек должно быть твердым, ровным и не скользким. Желательно, чтобы к каждой грядке и клумбе был хороший доступ. Обязательным условием является наличие затененных мест для отдыха со скамейками, креслами, местами для инвалидных колясок. В условиях Байкальской Сибири, где вегетационный период у растений длится всего около 3,5 месяцев, в холодный сезон для Садовой терапии желательно использовать специальные помещения (зимние сады, оранжереи).

Применяются некоторые подходы для облегчения занятия садоводством: поднятые гряды, контейнеры, вертикальные сады; использование доступных теплиц, зимних садов, чтобы сделать садоводство возможным весь год; адаптированные к нуждам конкретных людей садовые инструменты; создание стимулирующей восприятие окружающей среды с разнообразными растениями, отобранными по их качествам: запах, текстура и цвет; специально изготовленные красочные стенды, плакаты, таблички, указатели, желательно также использовать азбуку Брайля для незрячих.

работая с различными группами растений (овощные, цветочные культуры, плодово-ягодные и декоративные древесно-кустарниковые растения, комнатные растения). Под руководством сотрудников Сада они учатся готовить различные типы почвенных субстратов, сеять семена овощных, цветочных и древесно-кустарниковых культур, пикировать сеянцы, высаживать рассаду, черенковать комнатные растения и ягодные культуры, прививать плодовые культуры, подкармливать, мульчировать и т.д. – то есть осваивают практические навыки выращивания растений (см. рисунки на цветной вкладке). Кроме того, перед началом работы сотрудники Ботанического сада проводят вводные занятия – практикумы с объяснением того, что, как и почему следует делать. В зимнее время несколько занятий посвящаются работе с флористическим материалом – изготовлению коллажей, настенных панно. Материал для таких занятий дети заготавливают сами осенью. Занятие флористикой, как в Ботаническом саду, так и в школе позволяет развивать творческие способности у детей. Сотрудники БС ИГУ организуют выездные занятия с детьми в спецшколе.

Для воспитания чувства ответственности у каждого ребенка есть закрепленное за ним растение, за которым он имеет возможность регулярно наблюдать и ухаживать. Каждый ребенок ведет дневник наблюдений, где он отмечает все изменения, происходящие как с растением, так и лично с ним (см. Приложение 3). Совместное с сотрудниками проведение праздников, например, Дня знаний, Нового Года значительно расширяет круг общения таких подростков, прививает навыки поведения в обществе. Важно отметить, что среди воспитанников спецшколы подростки, состоящие в так называемой «садоводческой бригаде», пользуются особым уважением. Они очень дружны между собой и считаются своеобразной "элитой" спецшколы, т.к. посещение Ботанического сада – одна из немногих возможностей для подростков выйти за пределы режимного учреждения.

Методы садовой терапии позволяют привить подросткам определенные трудовые навыки и дать им знания, которые в дальнейшем помогут либо получить профессию, либо будут просто полезными на протяжении всей жизни при работе на личных земельных участках, что особенно важно для проживания в условиях Сибири. Психологи спецшколы постоянно тестируют подростков из «садоводческой бригады» (см. Таблицу на стр.33 и Приложение 2). Наблюдаются существенные изменения в личностной сфере

длинными и облегченными ручками более удобны, ими легче манипулировать. Можно использовать вспомогательные предметы, например, отрезок трубы - для посева семян, если человек не может нагнуться к гряде. Желательно, чтобы инструменты имели яркую окраску, чтобы их легче было отыскать среди растений. Чтобы облегчить полив растений, желательно использовать либо автоматические системы полива, либо различные разбрызгиватели, таймеры, системы капельного орошения.

Растения для Сада терапии

Множество растений может употребляться для целей садовой терапии, но первое, с чего начинается выбор растений для Сада терапии – они должны быть безопасны. Нельзя или не рекомендуется брать растения ядовитые (олеандр, аконит, клещевина, паслен, прострел, чемерица, белладонна и др.), колючие (кактусы), вызывающие аллергические реакции (полынь и др.), имеющие едкий сок (борщевик, лютик едкий и др.), содержащие наркотические или галлюциногенные вещества (дурман обыкновенный, конопля и др.). Следует особенно избегать растений, сок которых при попадании на кожу и при одновременном воздействии солнечных лучей вызывает фотохимический ожог (пастернак, борщевик и др.). Желательно использовать растения, которые выделяют фитонциды, оздоравливают воздух в помещениях, убивая патогенную микрофлору (Цыбуля, Фершалова, 2000). Например, хлорофитум, бегонии, мирт, пеларгония, туя и др. Поэтому для грамотного подбора растений для Сада терапии требуется консультация опытного специалиста-ботаника. В 5 различных климатических зонах США был проанализирован набор растений, используемых в Садах терапии, на базе которых проводятся программы в Ботанических садах (Cornille, 1987). Выявлено 309 видов, произрастающих в таких садах, 64% из них являются декоративными, 25% пищевыми, 10% лекарственными, остальные – комнатные растения и др. Например, особый интерес для людей с проблемами зрения имеют душистые растения или те, которые приятно потрогать, с необычной и приятной на ощупь текстурой. Конечно, при выборе растений нужно помнить, какого ухода они требуют. Также подбираются растения для использования в цветочной аранжировке.

садоводство для рекреации, реабилитации и новых профессиональных возможностей.

Королевский Ботанический сад (город Гамильтон, Канада)

Проводит программы садовой терапии на протяжении 37 лет. Участвует в профессиональной подготовке специалистов – садовых терапевтов в колледжах. Министерство Здравоохранения провинции Онтарио, признавая эффективность Садовой терапии, выступило инициатором создания Канадской Ассоциации Садовой терапии.

Реабилитация детей и подростков с девиантным поведением и специальными нуждами. Опыт Ботанического сада в Иркутске

После прохождения некоторыми сотрудниками Ботанического сада ИГУ стажировки в Чикагском ботаническом саду, в том числе по программе садовой терапии, стало возможным с 1999 г. применить некоторые методы в нашей работе с трудными подростками, а также детьми-сиротами и инвалидами в Иркутске. Садовая терапия как подход имеет коррекционную направленность, т.е. предполагает исправление недостатков развития личности девиантных подростков, коррекцию особенностей психики и поведения детей и подростков с некоторыми нарушениями психического развития через активное вовлечение в процесс выращивания растений. Многие дети и подростки имеют проблемы с адаптацией в социальной среде. Особенно это относится к подросткам, не имеющим родителей либо из неблагополучных семей. Им сложно адекватно воспринимать окружающую среду и найти себе место в обществе. Часто они ничем не заняты, предоставлены сами себе, вынуждены самостоятельно искать себе пропитание. Поэтому многие идут на преступления, становятся наркоманами и алкоголиками, попадают в специальные учреждения. Такие дети часто бывают жестокими, замкнутыми, эмоционально неустойчивыми, их поведение трудно предсказать.

Отягощенная наследственность, проявляющаяся у воспитанников как патологические отклонения в состоянии здоровья, связана с различной патологией их родителей, родовыми травмами. Характерны снижение интеллектуального уровня, узость кругозора, замедленность мышления, снижение памяти, слабость волевых процессов, моторная расторможенность, проявление психического

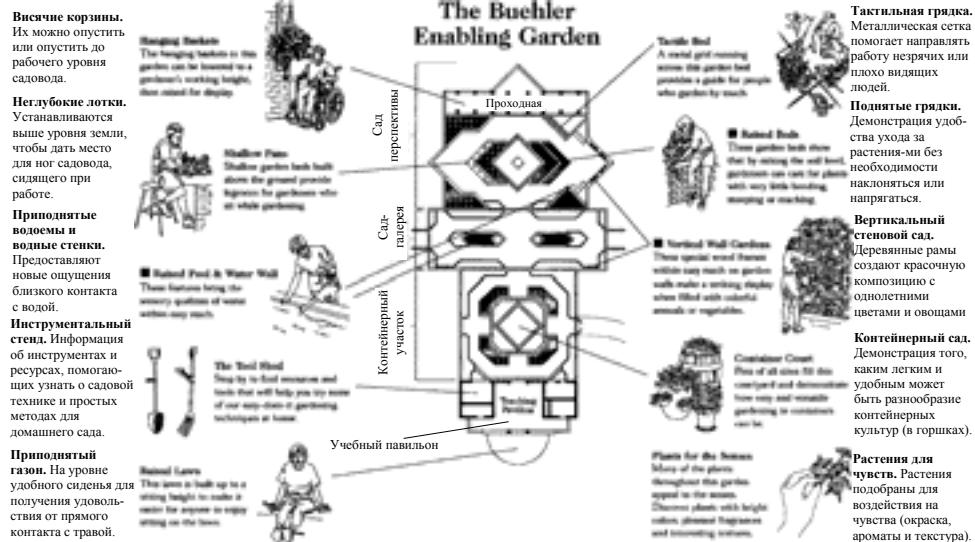


Рис. 12 Пример устройства Сада терапии (The Buehler Enabling Garden) в Чикагском ботаническом саду со специально участками, садами и технологиями, устроенными для разных групп людей. Рисунок из брошюры VP0115 (Chicago Botanic Garden, 2000)

Плодово-ягодные культуры. Желательно, чтобы в Саду терапии росли ягодные культуры, такие как смородина, ремонтантная земляника. Они не требуют большого ухода, и при этом приносят много радости для садовода при сборе урожая. Крыжовник и малину можно высадить не во всяком саду, так как они колючие и требуют ухода. Из плодовых культур желательно посадить не высокорослые сорта яблони, сливы, вишни. Высаживаются они на солнечных участках и нуждаются в питательной почве.

Программы Садовой терапии в зарубежных ботанических садах. Лучший опыт

Чикагский ботанический сад (Чикаго, штат Иллинойс, США)

Программа садовой терапии в Чикагском ботаническом саду имеет 20-летнюю историю сотрудничества с 150 социальными агентствами, занимающимися здоровьем людей. Их цель – представить тысячам людей с ограниченными возможностями и пожилым людям мир садоводства и природы. Специалисты предлагают программы, как в Саду терапии, так и выездные программы в специализированных учреждениях (реабилитационные центры, госпитали, дома престарелых, специальные школы для умственно отсталых детей, школы для людей с проблемами зрения, психиатрические больницы и коррекционные учреждения). Предлагаются публикации и сертифицированные профессиональные образовательные программы. Джин Ротерт, руководитель программы Садовой терапии, считает, что для этой программы нужно обеспечить три компонента: адаптировать сад, адаптировать садовника и адаптировать растения.

Сад терапии (The Buehler Enabling Garden) в Чикагском ботаническом саду занимает площадь около 1000 кв. м и является демонстрационным для людей с ограниченными возможностями, профессионалов - социальных и медицинских работников и ландшафтных архитекторов (рис. 12). Кроме того, все посетители учатся, с помощью каких способов можно сделать садоводство более легким. Сад терапии представляет широкий круг приспособлений, инструментов, материалов, структур и растений, которые делают садоводство более доступным для людей с ограниченными возможностями, свободным от барьеров (рис. 4, 5). Это поднятые



Рис. 6. Воспитанники Иркутской специальной школы для детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания, учатся готовить почвенную смесь для растений



Рис. 8. Воспитанники Иркутской спецшколы учатся готовить гряды для посева семян деревьев в питомнике Ботанического сада



Рис. 7. Ребята из этой же группы участвуют в обучающей игре "Охрана природы" в учебном классе Ботанического сада ИГУ



Рис. 9. На занятиях по программе Садовой терапии в классе Иркутской специальной школы для детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания